

Stałe wyposażenie osobiste uczestnika kursu taternickiego (rzeczy noszone w teren):

1. bluza polarowa,
2. cienka czapka (najlepiej - z daszkiem),
3. nieprzemakalna przeciwwiatrowa kurtka z kapturem,
4. nieprzemakalne przeciwwiatrowe spodnie,
5. niezbyt wysokie stoptuty,
5. buty turystyczne,
6. trzewiki wspinaczkowe (nie za małe!),
7. zapasowe skarpety,
8. rękawiczki z elementami przeciwpoślizgowymi,
9. latarka czołowa z zapasową baterią,
10. okulary przeciwsłoneczne (porządny filtr UV),
12. krem z filtrem UV,
13. plecak z pasem biodrowym (45-55 l.),
15. lekka torba na depozyty (może być duża mocna reklamówka),
11. telefon komórkowy,
16. bidon, camelbak lub termos metalowy (0,5-0,75 l) z napojem,
17. kijki teleskopowe (uwaga - duże talerzyki!),
18. kaloryczne pożywienie,
19. scyzoryk,

ponadto - minimalna lista rzeczy przydatnych w schronisku:

- obuwie domowe,
- bielizna na zmianę (i do noclegu),
- ręcznik i akcesoria sanitarne,
- w Betlejemce - przydatny jest śpiwór

Uwaga:

Jest to wyposażenie, które każdy uczestnik kursu ma zapewnić sobie samodzielnie.

Lista nie obejmuje wyposażenia technicznego, które dostarczy organizator kursu.